24. SOBRE LOS CRITERIOS PARA LA TERMINACIÓN DE UN PSICOANALISIS

(1950)

Los criterios para la terminación de un análisis constituyen un importante problema para cualquier psicoanalista. Hay muchos criterios sobre los cuales todos nos pondríamos de acuerdo. Quiero proponer aquí un enfoque diferente del problema.

Se señala a menudo que la terminación de un análisis reactiva en el paciente las situaciones más tempranas de separación, que es como una experiencia de destete. Esto implica, según me lo ha mostrado mi trabajo, que las emociones que siente el bebé en el momento del destete, cuando los conflictos infantiles llegan a su cúspide, se reviven intensamente al finalizar un análisis. De acuerdo con esto, llegué a la conclusión de que antes de dar por terminado un análisis tengo que preguntarme si los conflictos y las ansiedades experimentadas en el primer año de vida han sido suficientemente analizados y elaborados en el curso del tratamiento.

Mi trabajo sobre el desarrollo temprano (Klein, 1935, 1940, 1946, 1948b) me ha permitido distinguir dos formas de ansiedad: la persecutoria, que predomina durante los primeros meses de la vida y es fuente de la "posición esquizo-paranoide", y la depresiva, que culmina alrededor de la mitad del primer año y es fuente de la "posición depresiva". He llegado a la conclusión de que al principio de su vida postnatal el niño siente la ansiedad persecutoria en relación con fuentes a la vez externas e internas: externas, en tanto que la experiencia del nacimiento se vive como un ataque; e internas, porque la amenaza para el organismo proveniente, de acuerdo con Freud, del instinto de muerte, suscita a mi criterio el miedo a la aniquilación -el miedo a la muerte-. Es este miedo lo que considero la causa primaria de la ansiedad.

La ansiedad persecutoria se vincula principalmente a peligros sentidos como amenazando el yo; la ansiedad depresiva, a peligros sentidos como amenazando el objeto de amor, en primer término por la agresión del sujeto. La ansiedad depresiva surge de procesos de síntesis en el yo; porque como resultado de una creciente integración, el amor y el odio, y, en consecuencia, los aspectos buenos y malos de los objetos, se vuelven más cercanos en la mente del niño. Un cierto grado de integración es también

una de las condiciones previas de la introyección de la madre como persona total. Los sentimientos y la ansiedad depresivos llegan a su cúspide -la posición depresiva- alrededor de la mitad del primer año. Entonces, la ansiedad persecutoria ha disminuido, aunque sigue desempeñando un papel importante.

El sentimiento de culpa, vinculado con la ansiedad depresiva, se refiere al daño causado por los deseos canibalistas y sádicos. La culpa hace surgir el impulso a reparar el objeto de amor así dañado, a preservarlo o restaurarlo, impulso que profundiza los sentimientos de amor y promueve relaciones objetales.

En el momento del destete, el niño siente que pierde su primer objeto de amor -el pecho de la madre- tanto como objeto externo y como introyectado, y que esta pérdida se debe a su odio, agresión y voracidad. Entonces el destete incrementa sus sentimientos depresivos, que evolucionan hacia un proceso de duelo. El sufrimiento propio de la posición depresiva está vinculado a un incremento de la comprensión de la realidad psíquica, que a su vez contribuye a una mejor comprensión del mundo externo. Gracias a su creciente adaptación a la realidad y a la mayor amplitud de las relaciones objetales, el niño es capaz de combatir y disminuir sus ansiedades depresivas y, en cierta medida, establecer firmemente sus buenos objetos internalizados, es decir, el aspecto favorable y protector del superyó.

Freud describió la prueba de realidad como parte esencial del trabajo del duelo. A mi criterio, es en la temprana infancia cuando se utiliza por primera vez la prueba de realidad para superar el dolor vinculado a la posición depresiva; y cada vez que se experimenta un duelo, estos procesos tempranos se reactivan. He comprobado que el éxito del trabajo del duelo en los adultos depende no sólo de establecer dentro del yo la persona perdida (como lo hemos aprendido de Freud y Abraham), sino también de restablecer los primeros objetos amados, que en la temprana infancia fueron destruidos o puestos en peligro por los impulsos destructivos.

Aunque los primeros pasos para contrarrestar la posición depresiva se realizan durante el primer año de vida, los sentimientos persecutorios y depresivos reaparecen en el curso de la infancia. Estas ansiedades son elaboradas y superadas con amplitud en el curso de la neurosis infantil, y normalmente, cuando comienza el período de latencia, se han desarrollado defensas adecuadas y se ha alcanzado ya un cierto grado de estabilización. Esto significa que se han conseguido la primacía genital y relaciones objetales satisfactorias, y que el complejo edípico ha perdido fuerza.

Extraeré ahora una conclusión de la definición dada acerca de que la ansiedad persecutoria se refiere a peligros sentidos como amenazando el yo y la ansiedad depresiva a peligros sentidos como amenazando el objeto amado. Esto significa que estas dos formas de ansiedad comprenden todas las situaciones de ansiedad por las cuales pasa el niño. Así, el miedo de ser devorado, de ser envenenado, de ser castrado, el miedo a ataques en el "interior" de su cuerpo, pertenecen a la ansiedad persecutoria, mientras todas las ansiedades referidas a los objetos de amor son de naturaleza depresiva. Sin embargo, las ansiedades persecutoria y depresiva, aunque conceptualmente distintas desde el punto de vista clínico, a menudo se mezclan. Por ejemplo, considero que el miedo a la castración, la principal ansiedad en el varón, es persecutorio. Este miedo se mezcla con ansiedad depresiva en la medida en que produce el sentimiento de no poder fecundar a una mujer, en última instancia de no poder fecundar a la madre amada, y en consecuencia de no ser capaz de reparar el daño que ella sufrió por los impulsos sádicos del niño. No es necesario recordar que la impotencia produce a menudo una severa depresión en los hombres. Consideremos ahora la principal ansiedad en las mujeres. El miedo de la niña de que la madre terrorífica ataque su cuerpo y los bebés que contiene, -que, a mi juicio, constituye la situación de ansiedad femenina fundamental- es persecutorio por definición. Pero en tanto que este miedo implica la destrucción de sus objetos amados -los bebés que siente dentro de ella-, posee un fuerte elemento de ansiedad depresiva.

De acuerdo con mi tesis, una condición previa para el desarrollo normal es que tanto las ansiedades persecutorias como las depresivas hayan sido ampliamente reducidas y modificadas. En consecuencia, como espero que haya resultado claro de mí exposición anterior, mi enfoque del problema de la terminación de los análisis de niños y de adultos puede definirse así: que la ansiedad persecutoria y depresiva haya sido suficientemente reducida, lo que -a mi criterio- presupone el análisis de las primeras experiencias de duelo.

Debo decir, sin embargo, que aun si el análisis retrocede hasta las etapas más tempranas del desarrollo, base para mi nuevo criterio, los resultados todavía podrán variar de acuerdo con la severidad y la estructura del caso. En otras palabras, a pesar del progreso de nuestra teoría y nuestra técnica, debemos tener presentes las limitaciones de la terapia psicoanalítica.

¿Qué relación tiene el enfoque que estoy sugiriendo con algunos de los criterios ya bien conocidos, como los de una potencia sexual y una heterosexualidad bien establecida, la capacidad de amor, de relaciones objetales y de trabajo, y determinadas características del yo que tiendan a

PSIKOLIBRO

una estabilidad psíquica y estén ligadas a defensas adecuadas? Todos estos aspectos del desarrollo tienen una relación recíproca con la modificación de la ansiedad persecutoria y depresiva. En cuanto a la capacidad de amor y de relaciones objetales, se puede ver fácilmente que sólo se desarrolla libremente si las ansiedades persecutorias y depresivas no son excesivas. La solución es más compleja en lo que se refiere al desarrollo del yo. A este respecto, se enfatizan habitualmente dos rasgos, el incremento en estabilidad y en el sentido de realidad, pero opino que la extensión en la profundidad del yo también es esencial. Un elemento intrínseco de una personalidad profunda y completa es la riqueza de la vida de fantasía y la capacidad de sentir libremente las emociones. Estas características, a mi criterio, presuponen que la posición depresiva infantil fue elaborada, es decir, que toda la escala de amor y odio, ansiedad, pena y culpa en relación con los objetos primarios ha sido experimentada una y otra vez. Este desarrollo emocional está ligado a la naturaleza de las defensas. Una falla en la elaboración de la posición depresiva se une inextricablemente con el predominio de defensas que provocan un bloqueo de las emociones y de la vida de fantasía e impiden la introvisión (insight.) Tales defensas, que he designado como "defensas maníacas", aunque no son incompatibles con un cierto grado de estabilidad y de fortaleza del yo, van juntas con una falta de profundidad. Si en el curso de un análisis conseguimos reducir las ansiedades persecutorias y depresivas, y, en consecuencia, disminuir las defensas maníacas, uno de los resultados será un incremento tanto de la fortaleza como de la profundidad del yo.

Aun si se han obtenido resultados satisfactorios, la terminación de un análisis conlleva el surgimiento de sentimientos penosos y hace revivir ansiedades tempranas; culmina en un estado de duelo. Cuando se ha producido la pérdida que representa el final del análisis, el paciente todavía tiene que llevar a cabo por su cuenta una parte del trabajo del duelo. Creo que esto explica el hecho de que a menudo, después de la terminación de un análisis, se consigue un mayor progreso; se puede prever más fácilmente hasta qué punto se logrará, si aplicamos el criterio que he sugerido. Porque sólo si han sido ampliamente modificadas las ansiedades persecutorias y depresivas el paciente puede llevar a buen término por sí mismo la parte final del trabajo del duelo, lo que implica de nuevo una prueba de realidad. Creo, además, que cuando decidimos que un análisis puede terminar, es muy útil que el paciente sepa la fecha de la terminación con varios meses de anticipación. Esto lo ayuda a elaborar y disminuir el sufrimiento inevitable de la separación mientras está todavía en análisis y le allana el camino para que termine exitosamente el trabajo del duelo por su propia cuenta.

En este artículo aclaré que el criterio que sugiero presupone que el análisis ha sido llevado hasta los estadios tempranos del desarrollo y a capas profundas del psiquismo, y ha incluido la elaboración de las ansiedades persecutoria y depresiva.

Esto me lleva a una conclusión en cuanto a la técnica. En el curso de un análisis, el psicoanalista a menudo aparece como una figura idealizada. La idealización se usa como defensa contra la ansiedad persecutoria y su corolario. Sí el analista deja que persista una idealización excesiva -es decir, si se apoya sobre todo en la transferencia positiva- puede ser capaz de conseguir cierta mejoría. Pero lo mismo podría decirse de cualquier psicoterapia exitosa. Solo analizando la transferencia negativa tanto como la positiva se reduce la ansiedad radicalmente. En el curso del tratamiento el psicoanalista llega a representar, en la situación de transferencia, una cantidad de figuras que corresponden a las que fueron introyectadas en el desarrollo temprano (Klein, 1929; Strachey, 1934). A veces es introyectado como perseguidor y otras veces como figura idealizada, con todos los matices y grados posibles entre ambos.

Cuando las ansiedades persecutorias y depresivas son experimentadas y finalmente reducidas en el curso del análisis, se produce una mayor síntesis entre los variados aspectos del analista junto con una mayor síntesis entre los variados aspectos del superyó. En otras palabras, las más tempranas figuras terroríficas sufren un cambio esencial en la mente del paciente -se podría decir básicamente que mejoran-. Los objetos buenos -distintos de los idealizados- pueden establecerse con seguridad en la mente sólo si el definido clivaje entre las figuras persecutorias e idealizadas ha disminuido, si las pulsiones agresivas y libidinales se han acercado unas a otras y sí el odio ha sido mitigado por el amor. Este aumento en la capacidad de síntesis prueba que los procesos de clivaje que, en mi opinión, se originan en la infancia más temprana, han disminuido, y que se ha alcanzado una integración del yo en profundidad. Cuando estos rasgos positivos están suficientemente establecidos, tenemos motivo para pensar que la terminación de un análisis no es prematura aunque pueda hacer revivir todavía una ansiedad aguda.